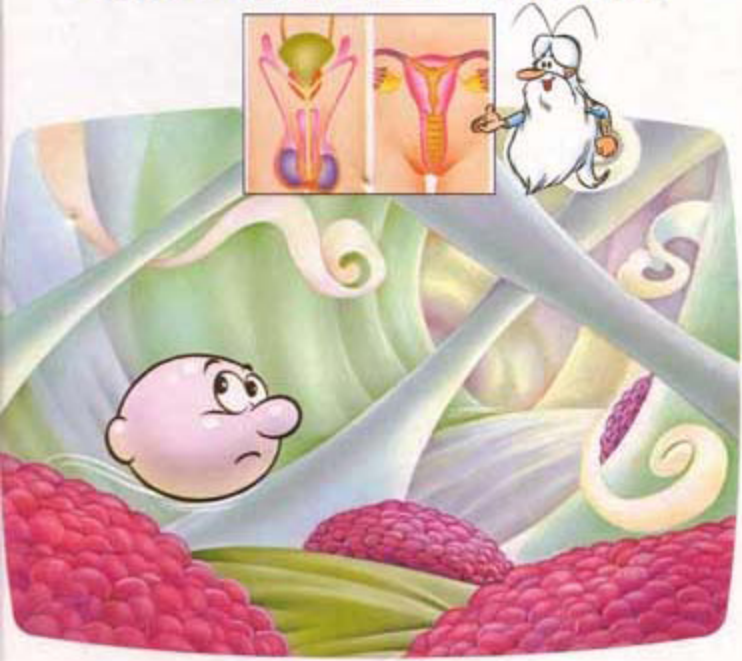
Le corps humain

il était une fois la Vie

39

Adolescence et sexualité

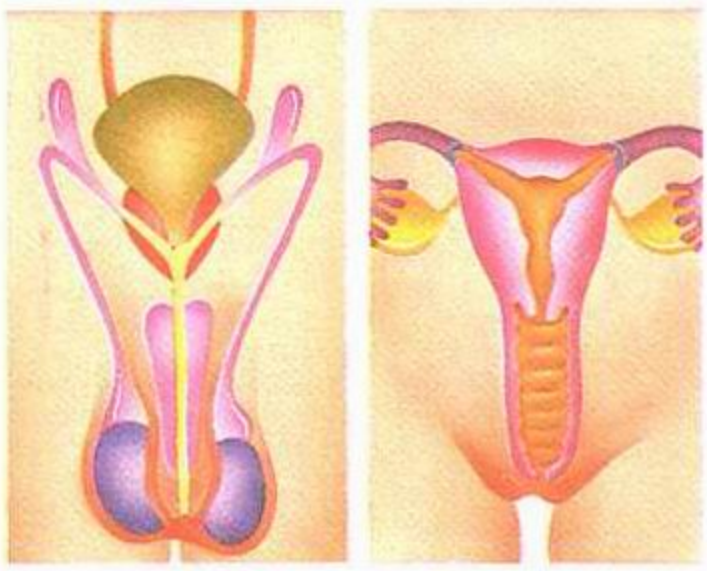


Le corps humain

il était une fois la Vie

D'après la série télévisée de
Albert BARILLÉ

7 d'or de la meilleure émission jeunesse



Adolescence et sexualité

Tome 39

HACHETTE-FABBRI

Ce que signifie l'adolescence

Une définition de l'adolescence

L'adolescence est une phase de notre vie qui commence, approximativement, vers 10 ans pour les filles, et un peu plus tard, vers 12 ans, pour les garçons. Mais il n'est pas aussi facile de dire quand elle se termine. Cela dépend de plusieurs critères, physiques, mentaux, affectifs, sociaux et naturels. L'adolescence est une étape décisive, au cours de laquelle surviennent des changements physiques et psychiques importants qui affectent la personne tout entière. Il ne faut pas confondre le mot puberté avec celui d'adolescence. Le premier désigne le début de l'adolescence et concerne avant tout, le développement des *organes génitaux* avec l'apparition des caractères sexuels secondaires et l'augmentation, dans le sang des jeunes, des *substances hormonales (1)* qui vont les faire devenir adultes.

(1) voir glossaire

A la recherche de sa personnalité

La présence des jeunes dans la société est très importante. Ils la rendent plus vivante, ils occupent dans le monde actuel une place vraiment enviable. L'adolescence est bien plus qu'une longue étape entre l'enfance et l'âge adulte.
Elle s'est d'ailleurs allongée : du côté de l'enfance, car elle a tendance à survenir plus tôt qu'autrefois ; et du côté de l'âge adulte, car, d'une manière générale, la *scolarité (1)* se prolonge de plus en plus tard, de sorte que le rôle de la personne dans la société adulte apparaît tardivement.
C'est pendant l'adolescence que le corps atteint sa taille et son développement physique et sexuel définitifs. Mais, sur le plan psychologique, c'est une phase délicate, au cours de laquelle l'être humain cherche à se découvrir lui-même en tant que personne : il est à la recherche de sa propre identité.
Tous ces changements physiques et psychiques provoquent chez les jeunes des comportements contradictoires souvent incompréhensibles pour les adultes, qui ont trop tendance à oublier leur propre adolescence.

L'adolescence est une époque propice à l'amitié et à la joie partagée. Cette étape de la vie donne lieu à la naissance de sentiments nouveaux et beaux.

(1) voir glossaire

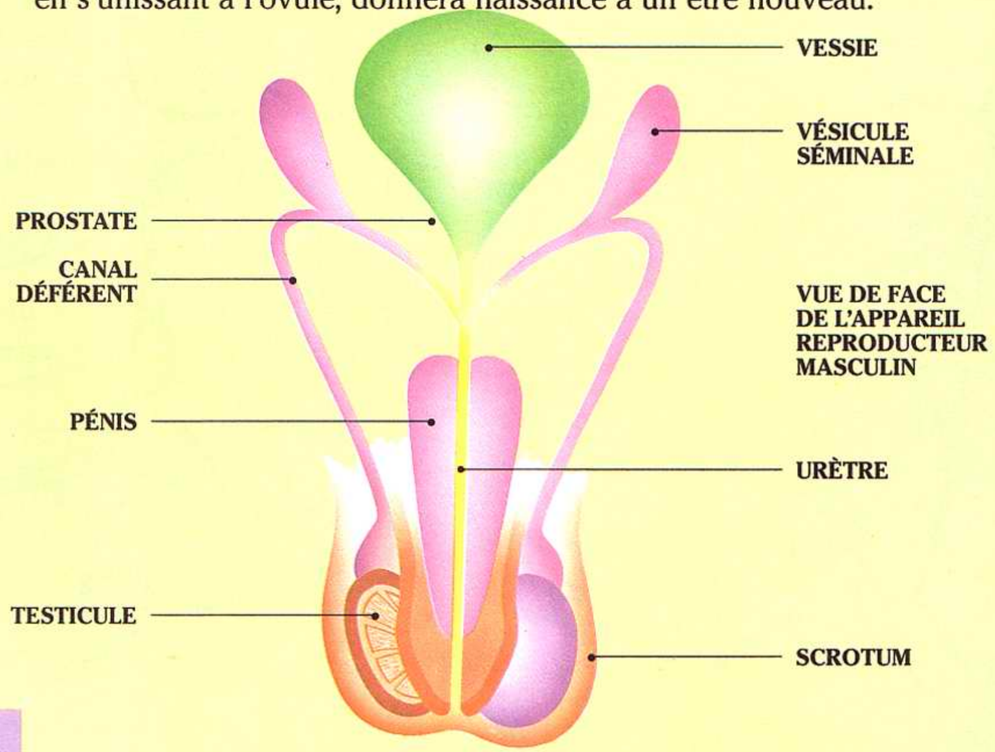
Rappelle-toi...

Comment est fait notre appareil reproducteur ?

La reproduction est la propriété de base des êtres vivants car elle permet la perpétuation de l'espèce. Dans l'espèce humaine, elle a d'ailleurs une influence décisive sur la personnalité. Les organes sexuels sont chargés de la reproduction : les *testicules* chez l'homme, et les *ovaires* chez la femme.

L'appareil reproducteur masculin

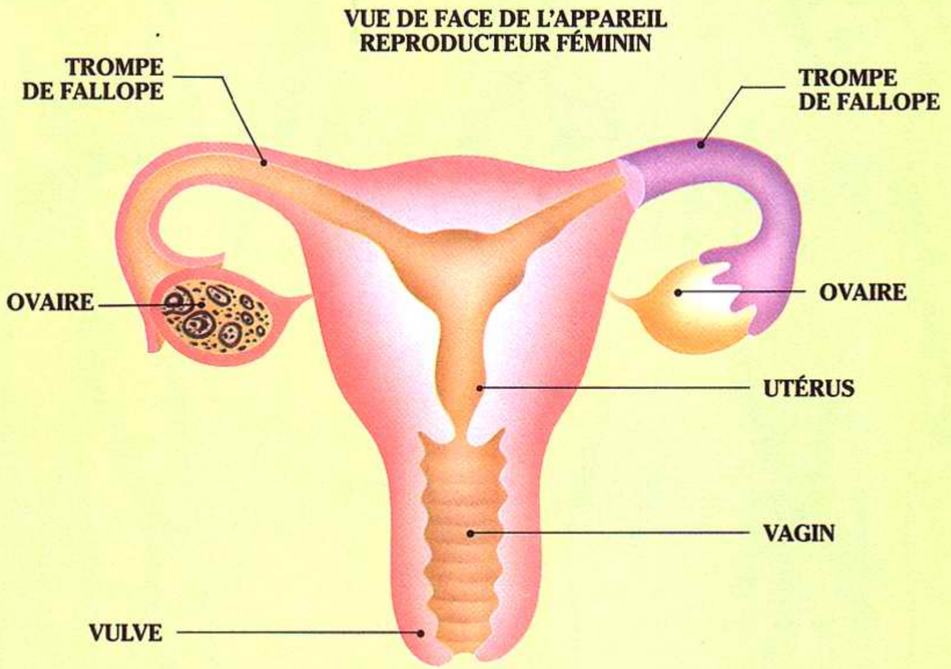
La majeure partie des organes reproducteurs masculins se trouve loin de l'abdomen, contrairement à ceux de la femme qui sont logés à l'intérieur. Les *spermatozoïdes* sont fabriqués dans les testicules. Un spermatozoïde en s'unissant à l'ovule, donnera naissance à un être nouveau.



Deux glandes – la *prostate* et la glande de *Cowper* – produisent un liquide, le sperme, dans lequel les spermatozoïdes peuvent nager facilement, ce qui leur permet de se déplacer à la recherche de l'ovule féminin. Enfin, le *pénis* est l'organe chargé de déposer le spermatozoïde à l'intérieur de l'appareil reproducteur de la femme au cours de l'*acte sexuel* ou *coït*.

L'appareil reproducteur féminin

Les organes génitaux féminins sont tous situés à l'intérieur de la partie inférieure de l'abdomen. Le seul qui soit extérieur est l'ouverture ou *vulve*. A l'intérieur se trouve le *vagin*, un canal de 7 à 10 cm qui va jusqu'à la *matrice* ou *utérus*, avec lequel il communique par le col de l'utérus. L'utérus est une cavité triangulaire, dont les deux sommets sont unis aux deux *trompes de Fallope*, une de chaque côté. A l'extrémité de chacune de ces trompes se trouve l'un des deux ovaires dans lesquels sont produits les ovules. Les ovaires ont à peu près la même taille que les testicules de l'homme dans lesquels se forment les spermatozoïdes. Mais tandis que les testicules fabriquent chaque jour des millions de spermatozoïdes, les ovaires ne produisent, en règle générale, qu'un seul ovule par mois.



Quelques changements importants

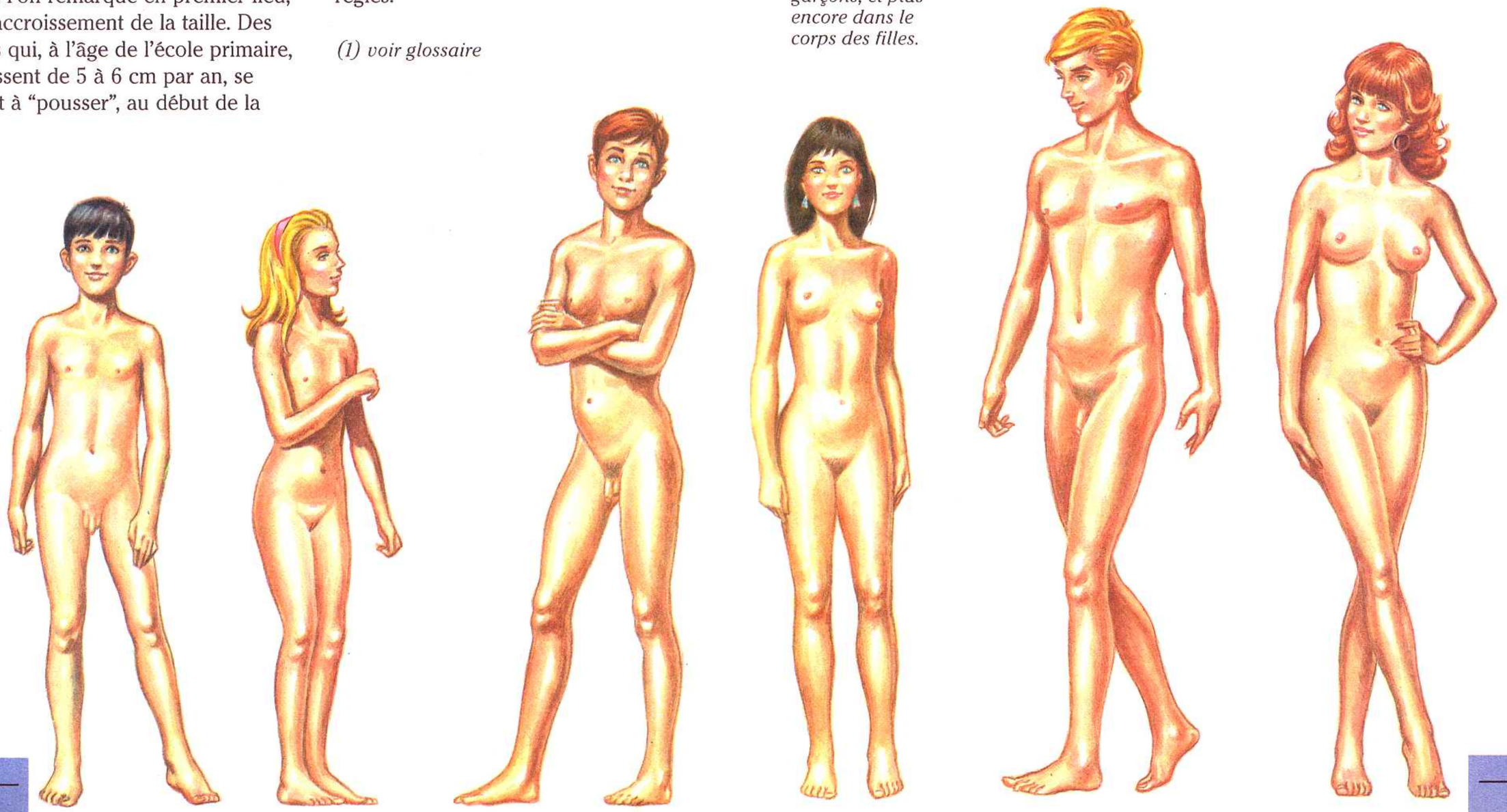
Après l'enfance, il se produit une série de réactions en chaîne, qui inaugure la puberté, première manifestation de l'adolescence. Les adolescents sont différents, à la fois des enfants et des adultes, physiologiquement et psychologiquement. Voyons quelles sont ces différences.
Ce que l'on remarque en premier lieu, c'est l'accroissement de la taille. Des enfants qui, à l'âge de l'école primaire, grandissent de 5 à 6 cm par an, se mettent à "pousser", au début de la puberté, de 8 à 9 cm pour les filles, et de 9 à 10 cm pour les garçons.
L'importance et la durée de la croissance sont supérieures chez les garçons mais, entre 11 et 14 ans, les filles sont habituellement plus développées et plus mûres que les garçons.
Vers 11-12 ans apparaissent, ce que l'on appelle les caractères sexuels secondaires : vers 13-14 ans, apparaît le duvet du *pubis (1)* ; la voix des garçons change, et les filles ont leurs premières règles.

(1) voir glossaire

Puis, vers 15-16 ans, les formes deviennent de plus en plus différenciées chez les garçons et chez les filles, et le duvet pubien prend sa forme triangulaire caractéristique.

C'est dès le début de la puberté et jusque vers 13 ou 14 ans, que se produisent les changements les plus importants dans le corps des garçons, et plus encore dans le corps des filles.

Vers 15 ou 16 ans, le corps des jeunes gens et des jeunes filles acquiert leur beauté d'adulte.

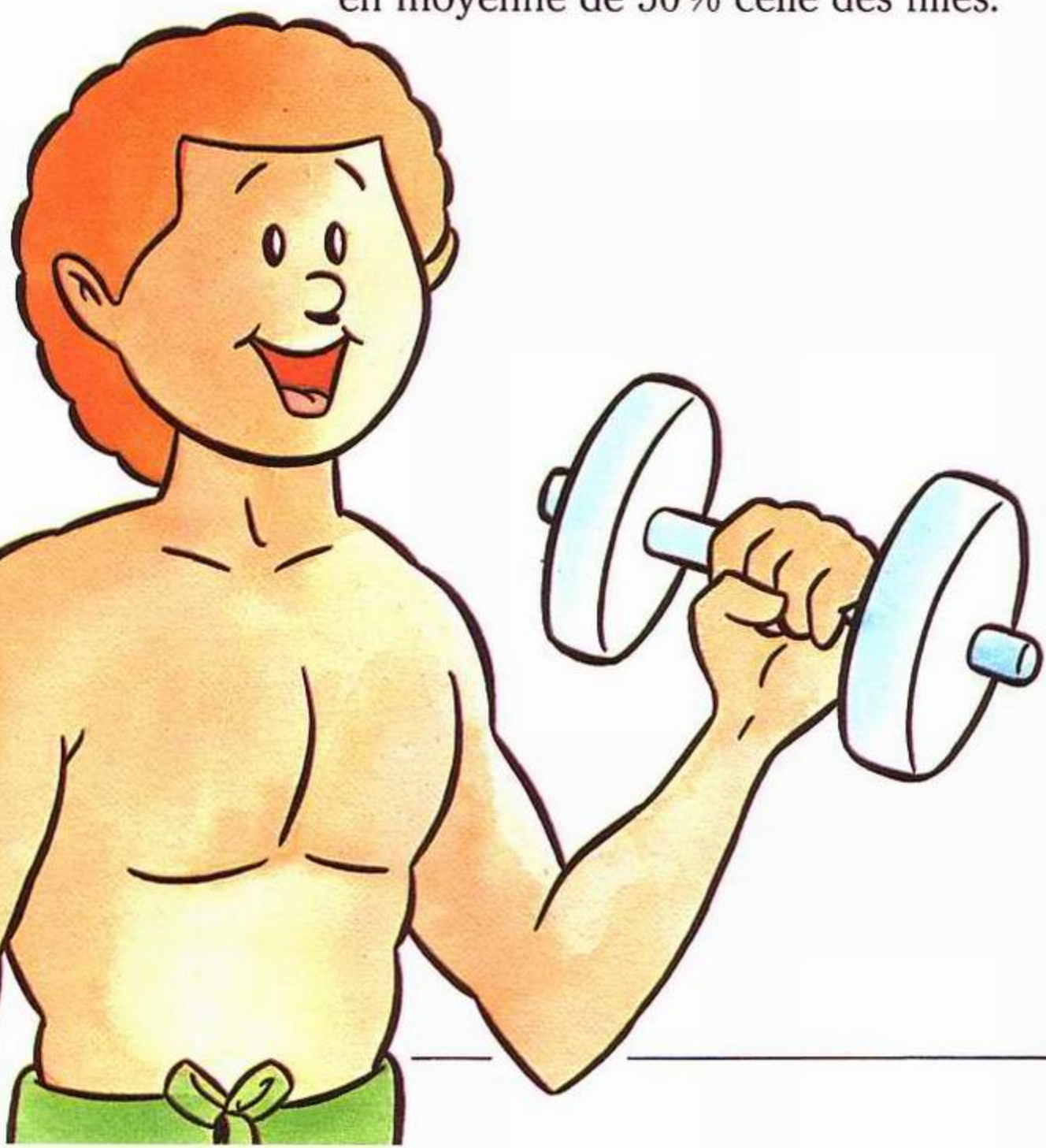


Apprends avec nous

Lequel est le plus fort ?

Parmi les changements qui surviennent pendant la puberté, on note l'augmentation de la tension artérielle, plus prononcée chez les garçons que chez les filles. La capacité respiratoire et le volume cardiaque augmentent également, de même que la quantité d'hémoglobine du sang, substance qui, tu le sais, est essentielle pour le transport de l'oxygène à toutes les cellules de l'organisme. D'autre part, au cours de cette période, la force musculaire et l'aptitude à l'effort s'accroissent également. En règle générale, la force musculaire double chez les garçons entre 10 et 17 ans, et, à la fin de la puberté, elle dépasse en moyenne de 50% celle des filles.

La force musculaire augmente pendant la puberté. Si tu aides la nature en faisant des exercices de gymnastique, ton corps grandira en force et en beauté



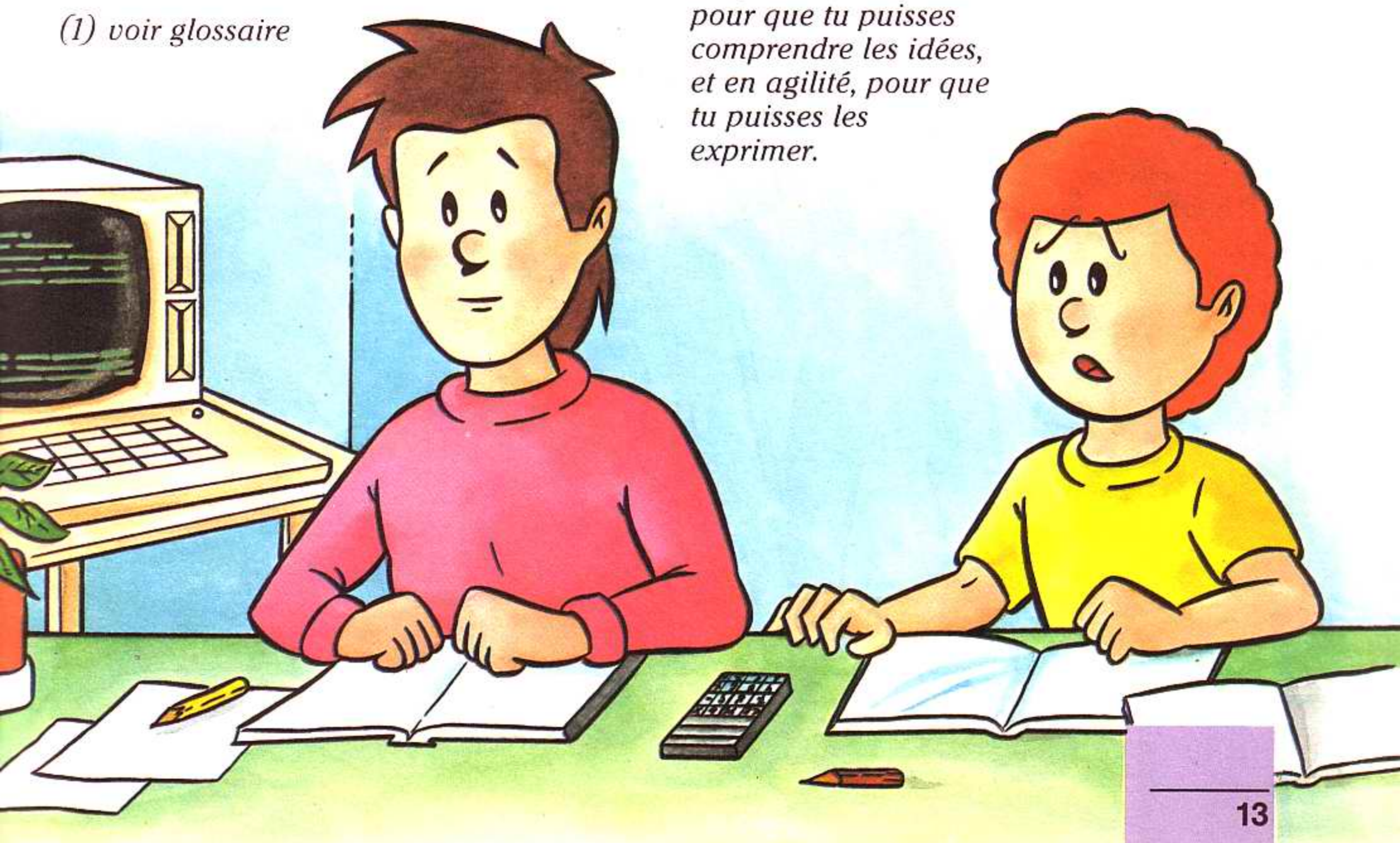
Et le développement intellectuel ?

Au cours de la puberté, les modifications qui surviennent dans le domaine des connaissances se produisent d'une manière plus régulière et progressive que les changements physiques dont nous venons de parler. Vers 11 ou 12 ans, l'enfant maîtrise la *pensée fonctionnelle concrète.* Qu'est-ce que cela signifie ? Tout simplement, qu'il arrive à raisonner de manière logique sur les objets : il est capable de manipuler des idées se rapportant à ces objets, et de se servir de son expérience pour admettre que ces choses sont susceptibles de se modifier. Vers 13 ans, il comprend déjà les jeux de mots, *proverbes (1)*, *allégories (1)*, expressions à double sens, paraboles, etc.

(1) voir glossaire

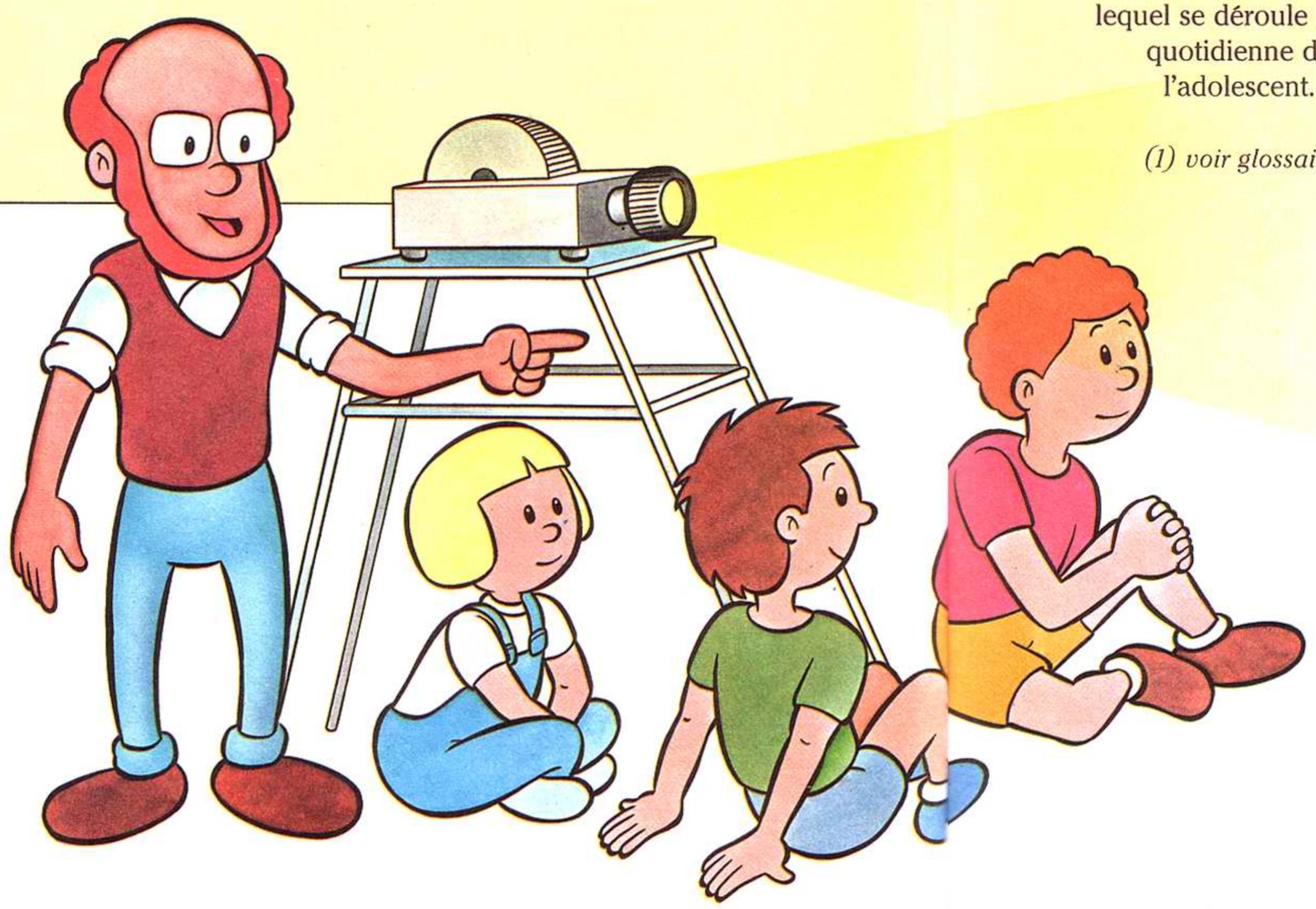
Quelques années plus tard, l'adolescent maîtrise la *pensée abstraite ;* c'est-à-dire qu'il est capable de vérifier des *hypothèses (1)* au moyen de raisonnements abstraits, et pas seulement au moyen de l'expérimentation concrète. Les progrès intellectuels se poursuivent jusque vers 15-16 ans. Si l'adolescent continue ensuite ses études (par exemple à l'université), sa capacité intellectuelle se développera encore.

Le développement intellectuel se produit en même temps que le développement corporel. Et, de même que l'exercice physique contribue à fortifier le corps, l'étude contribue à fortifier l'esprit. Jour après jour, il faut que ton intelligence progresse en capacité pour que tu puisses comprendre les idées, et en agilité, pour que tu puisses les exprimer.



La nécessité de l'éducation sexuelle

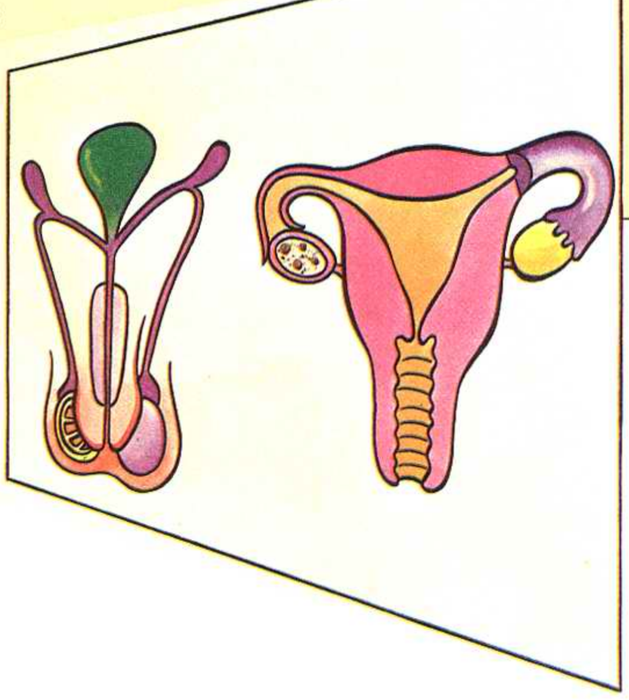
L'éducation sexuelle doit commencer, simplement, dès la petite enfance. Ce sont les parents, en qui l'enfant a une confiance totale, qui devraient répondre avec des mots simples et clairs, aux questions d'ordre sexuel que posent habituellement les petits enfants. C'est sans nul doute le meilleur moyen d'obtenir une attitude saine, équilibrée et responsable dans le domaine de la sexualité.



Dès avant la puberté ou dès qu'elle commence, garçons et filles devraient posséder des connaissances générales d'anatomie et physiologie sexuelles et de la reproduction leur permettant de comprendre les changements qui sont en train de se produire dans leur propre corps. Ces connaissances peuvent s'acquérir grâce aux cours d'éducation sexuelle dispensés dans leur école, étant donné que la sexualité est une réalité saine et normale de l'adolescence.

Après la puberté, ces cours doivent donner des informations utiles sur les aspects psychologiques et sociaux relatifs à la sexualité : les *maladies vénériennes (1)*, les contraceptifs, etc. C'est dans ce sens qu'ont été mis sur pied des programmes d'éducation et d'information sexuelles, qui tiennent particulièrement compte des spécificités de nature religieuse, culturelle ou sociale des différents pays ou régions, car la sexualité est un phénomène très important qui affecte l'individu dans sa totalité, et qui varie en fonction du rythme de la croissance biologique et psychologique, du milieu familial, social, et culturel dans lequel se déroule la vie quotidienne de l'adolescent.

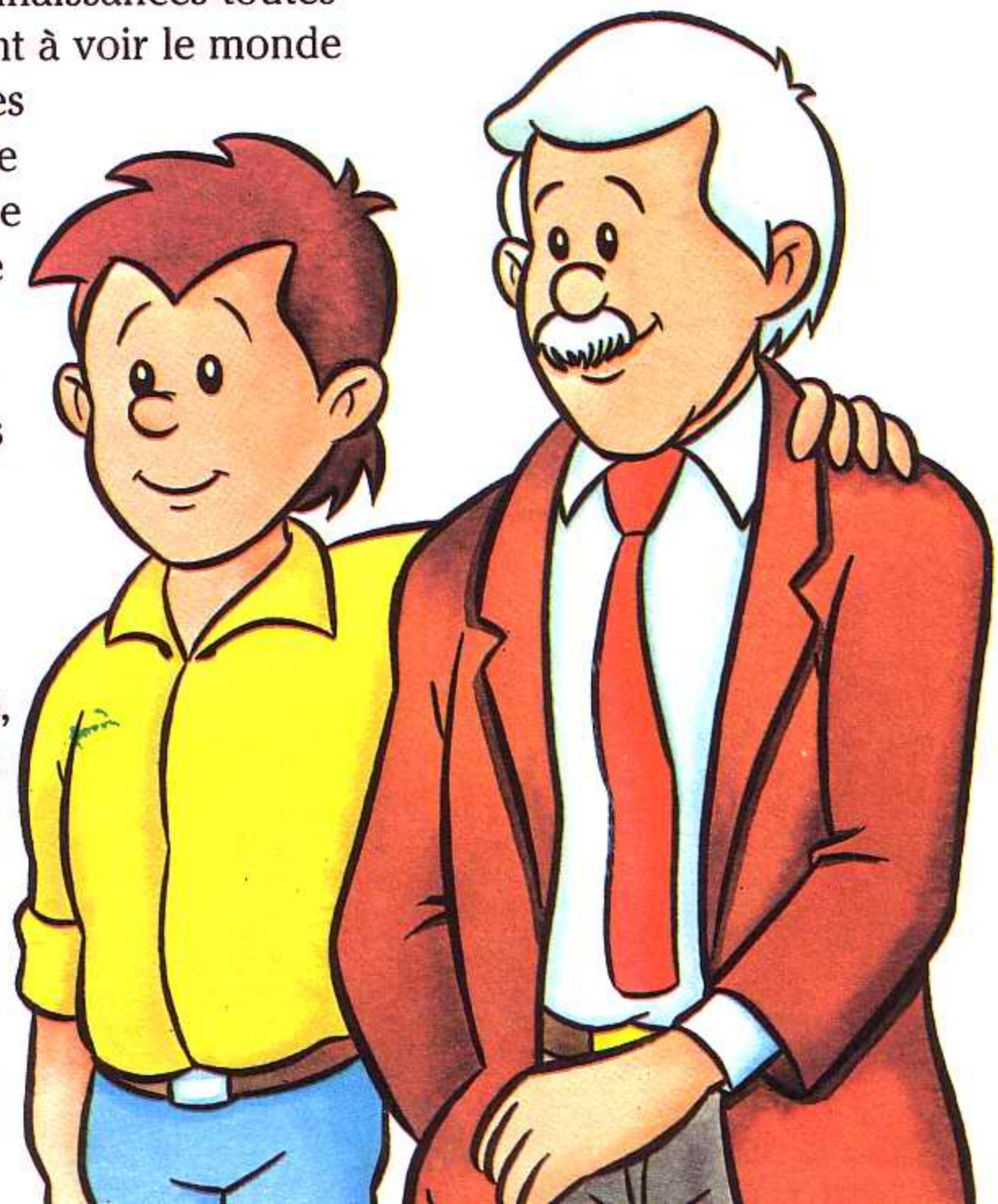
(1) voir glossaire



Les problèmes de l'adolescence

Le rôle de la famille

L'évolution qui se produit au cours de l'adolescence n'est pas seulement marquée par des changements corporels et intellectuels, mais aussi par une série de relations sociales nouvelles. L'apparence physique nouvelle des adolescents les incite à rechercher un autre type de relations que celles qu'ils ont avec leurs familles. Leurs connaissances toutes neuves les amènent à voir le monde différemment, et les poussent à prendre part, d'une manière qui n'est plus celle des enfants, aux conversations des adultes. C'est alors que surgissent les premiers problèmes. Ainsi, au cours d'une réunion de famille, parents, enfants et grands-parents peuvent très bien manifester des opinions différentes. Mais si l'adolescent ressent souvent le désir de se détacher du noyau familial, il est par ailleurs certain que sa famille lui offre la protection dont il a besoin.
Son comportement est alors tiraillé entre cette dépendance et sa soif d'indépendance. C'est à ce moment que les parents doivent, plus que jamais offrir leur aide et leur compréhension à leurs enfants.



Les amitiés de groupe

L'adolescence est une période de sociabilité développée. C'est l'époque des grandes amitiés, des confiances extrêmes et des confidences les plus extraordinaires. Au cours de la première phase de l'adolescence, les jeunes se regroupent en bandes, habituellement pour jouer avec d'autres enfants du même sexe. Ces groupes, au début très peu structurés, acquièrent, souvent, peu à peu, toute une série de petits rites, tels que des cartes de membres, l'élection d'un président, de secrétaires, etc. Ils observent également un certain rituel pendant leurs réunions, et fixent certains signes d'appartenance au groupe, comme par exemple, des insignes, une certaine façon de se saluer, etc. Il semble que les garçons s'intègrent plus facilement dans un groupe que les filles, ces dernières ayant habituellement une ou deux amies de prédilection, qui remplissent leur vie affective.

A l'école

L'école n'est pas uniquement le lieu où l'enfant va apprendre. C'est également le milieu de base de la relation qu'un individu aura avec les autres pendant plusieurs années. Si on apprend dans les salles de classe, on apprend également dans les couloirs et dans la cour de récréation. La participation des adolescents aux travaux et aux disciplines scolaires dépend de plusieurs types de facteurs tels que la capacité intellectuelle de l'élève et son désir de poursuivre des études universitaires. Mais d'autres facteurs tels que le *niveau socio-culturel (1)* des élèves, et la capacité de l'école à répondre à leurs besoins d'évolution ont également une influence.
On a pu vérifier que le rendement des élèves était d'autant plus élevé que les activités se déroulaient dans une ambiance d'*excitation créative (1)*, en communion avec les professeurs. Si les élèves ne parviennent pas à obtenir un résultat dans les activités scolaires, il est normal qu'ils s'en désintéressent. C'est au professeur de faire en sorte que cela n'arrive pas.

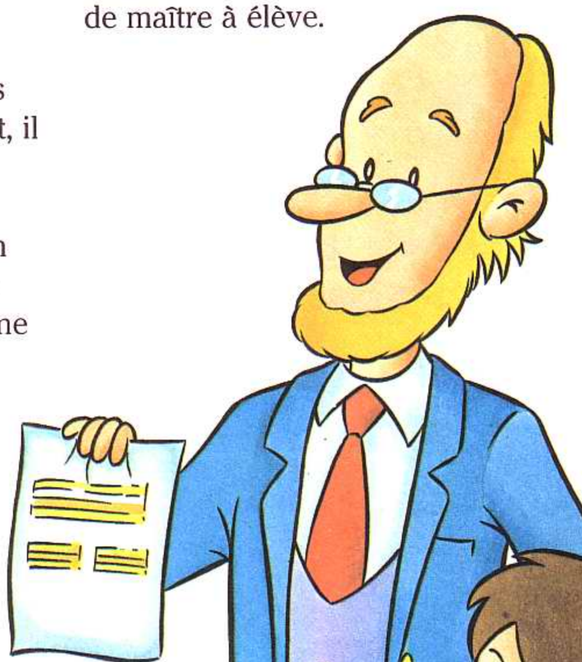
La confiance mutuelle entre les adolescents et les adultes de la famille est le plus beau cadeau qu'ils puissent se faire. Les premiers, pour trouver la protection dont ils ont besoin. Les seconds pour participer à l'enthousiasme des jeunes vis-à-vis de tout ce que la vie leur offre.

Ce groupe de jeunes paraît satisfait de son professeur. Ils ont sans doute trouvé en lui un maître sachant traiter chacun d'eux de la manière qui convient le mieux à sa personnalité.

Le fait de vivre ensemble et l'activité en équipe intelligemment dirigée par un maître, font de l'école beaucoup plus qu'un lieu où l'on se rend pour assister à un cours. A l'école, tu noues des amitiés, tu apprends à vivre avec les autres, à accepter des "règles du jeu", tu apprends, en fait, à devenir un citoyen utile et responsable.

L'importance du professeur

Personne ne peut contester le rôle joué par les maîtres tout au long de l'éducation des jeunes. Mais la réalité est souvent très différente de ce que croient souvent les gens.
Les adolescents prennent les professeurs pour modèles, et, d'après les études qui ont été faites à ce sujet, il apparaît qu'ils préfèrent ceux qui montrent de l'ardeur et de l'enthousiasme et qui se rendent bien compte des différences individuelles existant entre les jeunes ; et cela même s'ils sont sévères, voire autoritaires.
Au contraire, les professeurs qui ont une influence négative sont ceux qui prennent des décisions injustes, qui font du favoritisme, qui sont trop rigides et ne s'intéressent pas à leurs élèves.
Il conviendrait que les enseignants en tiennent compte, pour ne pas tomber dans des erreurs de comportement qui dénaturent la relation de maître à élève.



Quelques règles alimentaires pour les adolescents.

• Ils ne doivent "sauter" aucun des trois repas principaux - petit déjeuner, déjeuner et dîner –, ce qui arrive trop souvent.

De nombreux jeunes aiment manger et boire des produits industriels n'ayant aucune valeur nutritive ou très peu. Un jour ou l'autre, ils auront des problèmes de santé dus au régime alimentaire peu équilibré qu'ils auront suivi pendant leur croissance.

• Ils doivent éviter les mélanges absurdes qui les attirent souvent.
• Ils ne doivent pas manger à n'importe quelle heure ; il est indispensable de respecter un rythme de trois ou quatre repas par jour.
• Ils ne doivent pas se laisser influencer par les publicités : telle boisson contient plus ou moins de calories ou telle autre est plus ou moins savoureuse.
• Ils devront boire, chaque jour, la quantité de lait nécessaire. Le lait demeure un aliment important du fait de son apport énergétique et vitaminique.
• Ils ne doivent jamais boire d'alcool.

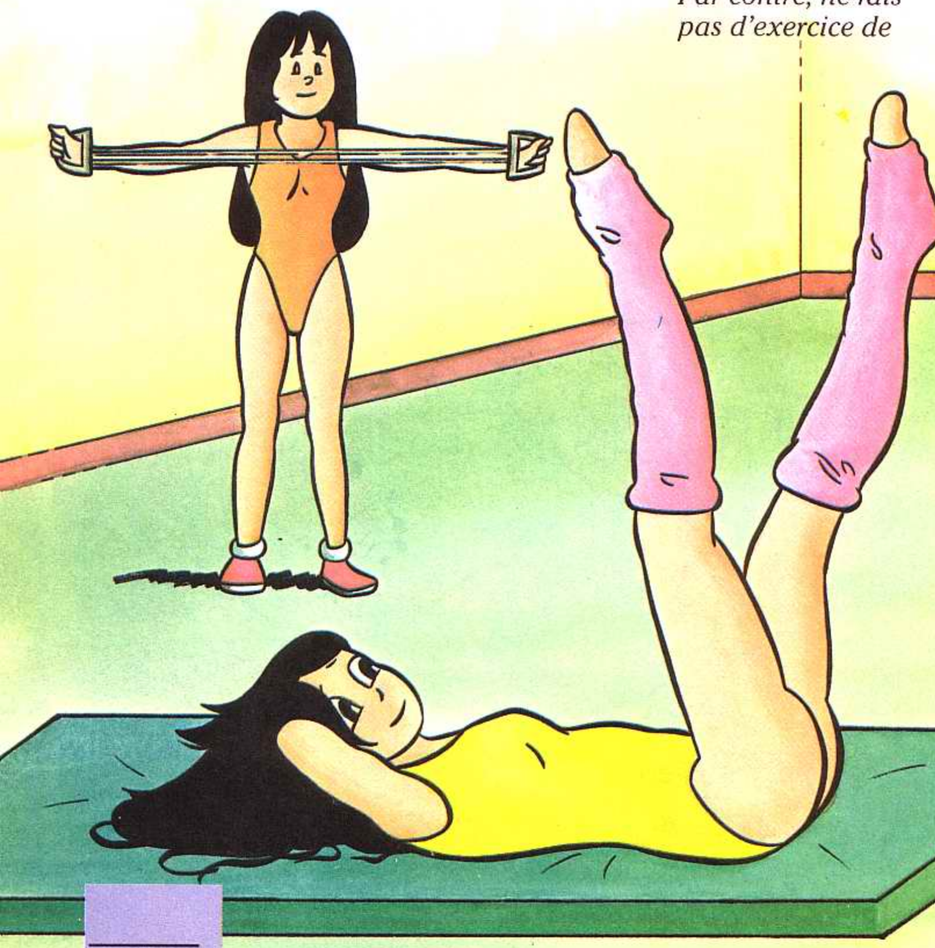
Dormir pour reconstituer son énergie

Nombreux sont les adolescents de 14 ans qui n'ont pas besoin de plus de 7 à 8 heures de sommeil par jour. Mais cela n'exclut pas qu'il y a des adolescents qui ont besoin de dormir de 9 à 10 heures, comme les enfants plus petits. Il ne faut pas oublier que le sommeil a un effet réparateur, en ce sens qu'il permet à l'organisme de récupérer après les dépenses physiques et psychiques importantes à cette époque de la vie. Il faut, de plus, ajouter à ces dépenses de travail physiologique qu'effectue le corps de l'adolescent pendant sa croissance. Il n'est donc pas étonnant que le sommeil représente un besoin fondamental tout au long de l'adolescence.

Le sport est fondamental

Les sports pratiqués régulièrement, et en particulier ceux qui se font en équipes, donnent naissance à des relations saines qui, souvent, deviennent des amitiés profondes et durables. De plus, la camaraderie qui se développe ainsi renforce la croyance dans les valeurs sociales. Les avantages découlant de la pratique du sport pendant l'adolescence vont bien au-delà des aspects purement corporels.
Le sportif apprend à faire des efforts et à se sacrifier, à être capable de respecter les autres, à collaborer avec eux, et à faire passer les intérêts du groupe avant les siens.
La participation à des activités sportives permet à des personnes de divers milieux sociaux et culturels, de nouer entre elles des relations.

La gymnastique est à la portée de presque tout le monde. Presque tous les quartiers ont leur gymnase. Décide-toi comme l'ont fait tes amis, et inscris-toi à ton sport préféré ! Par contre, ne fais pas d'exercice de gymnastique à tort et à travers : tu dois toujours suivre les conseils d'un bon professeur, qui te dira quels exercices correspondent à tes possibilités et quels types d'efforts exige le sport que tu voudrais pratiquer.



Il ne fait aucun doute que l'habitude du sport pendant l'adolescence offre de nombreux côtés positifs. Le sport aide en particulier les jeunes à acquérir de l'adresse et de l'efficacité, non seulement dans les exercices physiques, mais également dans toutes les activités de la vie quotidienne.

Nous avons beaucoup insisté sur la nécessité de faire du sport, et nous t'avons donné quelques notions de base sur la nature des sports les plus connus. Nous voudrions que tu puisses choisir celui que tu préfères. Mais, quel qu'il soit, tu dois penser à l'utilité d'une préparation de base que tu trouveras, comme Kira et ses camarades, dans un gymnase.

Fuyons les excès !

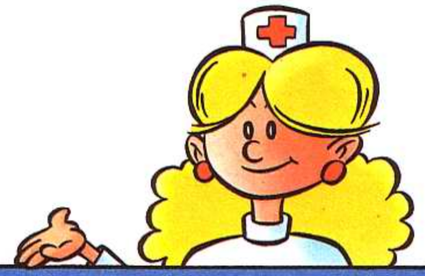
Les adolescents, en particulier ceux des pays occidentaux, commencent de plus en plus tôt à consommer, parfois jusqu'à l'abus, ce que l'on a coutume d'appeler les drogues permises : le tabac, l'alcool et certains médicaments (psychotropes) qui agissent sur le système nerveux. Mais ce qui est encore plus lamentable, c'est que certains s'initient à l'utilisation des drogues dures, interdites ou illégales, qui entraînent une accoutumance et conduisent à la destruction de la personne.

Il est possible de prévenir de tels excès dans une certaine mesure au moyen d'une éducation sanitaire correcte ou par des campagnes publicitaires.

Mais il est certain que ces moyens ne peuvent suffire à supprimer totalement des comportements et des habitudes qui découlent de situations et d'influences dont les causes sont plus profondes et très difficiles à éliminer.

La pire des choses qui puisse arriver à un jeune est qu'il aille perdre le sens de sa propre dignité, et qu'il finisse, comme Teigneux et Nabot, par se comporter d'une manière totalement irraisonnée.

Selon des enquêtes, réalisées il y a environ cinq ans, dans différents pays européens, 60% des jeunes entre 15 et 24 ans font des études secondaires ou supérieures. Le reste des jeunes travaille ou cherche un premier emploi. Ce qui est le plus triste, c'est que, parmi ces derniers, beaucoup déclarent se sentir découragés devant l'avenir, au point de n'avoir plus envie ni d'étudier ni de chercher un travail. Cette attitude, réellement inquiétante, est le signe d'un certain échec d'une société qui semble incapable d'offrir à toute sa jeunesse des perspectives de vie attrayantes.



Quelques conseils pour...

7. La navigation à voile

Il s'agit d'un sport que certains pratiquent en vue de compétitions, et d'autres simplement pour le plaisir. Naviguer, glisser doucement à la surface de l'eau est une sensation merveilleuse qu'un voilier semble à même de procurer plus qu'aucun autre type d'embarcation. Mais attention ! Ne nous y trompons pas : la voile est l'un des sports les plus durs qui existent. Selon l'état de la mer, les membres d'un équipage de bateau à voile peuvent avoir besoin de muscles forts et entraînés, pour pouvoir maîtriser l'embarcation lorsque le vent redouble. La planche à voile, cette planche munie d'une voile multicolore que nous voyons en si grand nombre sur nos plages, constitue un bon entraînement en vue de se fortifier les muscles et de savoir esquiver les attaques du vent. Les seuls inconvénients de la voile sont les risques d'insolation (n'oublie pas que les rayons du soleil se reflètent sur la surface de la mer et peuvent produire des brûlures), le risque de déshydratation (en naviguant, on transpire beaucoup par suite de l'effort fourni, et il est donc indispensable de boire de l'eau pour compenser cette perte de liquides du corps) et le mal de mer. Ce dernier, ennemi tenace de nombreux amoureux de la mer, est causé par l'irritation des canaux semi-circulaires de l'oreille interne – la partie de l'oreille chargée de percevoir les mouvements du corps –, qui provoque des nausées et une sensation de malaise. Il est possible de le combattre à l'aide de médicaments spécifiques, mais ceux-ci entraînent fréquemment une certaine somnolence. Quant aux avantages de ce sport, un des plus importants est de pouvoir s'y adonner en famille. De nombreux équipages sont ainsi formés par les membres d'une même famille, ce qui donne lieu à de bons moments passés ensemble. D'autre part, il est évident que naviguer de la sorte permet de contempler de merveilleux paysages et de vivre pleinement les joies de la mer.

La mer a toujours exercé une puissante attraction sur l'homme. Le sport de la navigation à voile est la réponse de l'homme moderne à ce que l'on a coutume d'appeler "l'appel de la mer".

Voici l'une des planches à voile si populaires qui fleurissent l'été sur nos côtes et qui, utilisées de manière imprudente, peuvent causer bien des catastrophes...

Étant donné la gamme étendue de voiliers existant à présent sur le marché, ce qui, auparavant, était un sport d'élite, devient de plus en plus à la portée de tous. D'autre part, beaucoup d'établissements scolaires, de communes et autres institutions organisent des stages de navigation à un prix accessible. Il ne nous reste qu'à te faire une petite recommandation : prudence ! Navigue toujours avec un coéquipier expert, et respecte les règlements qui te sont fournis par les services de garde-côtes. Te risquer imprudemment sur une mer déchaînée peut entraîner des conséquences terribles et irrémédiables. Cette recommandation est valable aussi bien pour un voilier que pour une planche à voile.

Glossaire

ALLÉGORIE
Parole ou phrase qui a une signification différente de son sens apparent. Par exemple : une couronne de lauriers est l'allégorie qui représente le succès, la gloire.

EXCITATION CRÉATIVE
Ambiance permettant de développer son imagination et d'exprimer son sens créatif.

HYPOTHÈSE
Théorie qui doit être confirmée. Par exemple : une hypothèse mathématique a besoin d'être démontrée par une preuve.

MALADIE VÉNÉRIENNE (appelée Maladie Sexuellement Transmissible M.S.T.)
Maladie attrapée par contagion lors d'un rapport sexuel.

NIVEAU SOCIO-CULTUREL
Degré de culture et position sociale d'une personne.

ORGANES GÉNITAUX
Organes du corps destinés à la reproduction.

PUBIS
Zone du corps située en bas de l'abdomen et dans laquelle se trouvent les organes génitaux.

PROVERBE
Refrain ou phrase traditionnelle ayant une intention morale. Par exemple : "Qui veut voyager loin ménage sa monture".

SCOLARITÉ
Période de temps pendant laquelle un enfant va à l'école.

SUBSTANCE HORMONALE
Substance produite par une glande endocrine, pour la mise en marche d'un mécanisme du corps humain.

Table des matières

SOINS

CE QUE SIGNIFIE L'ADOLESCENCE

Une définition de l'adolescence 6

A la recherche de sa personnalité 7

RAPPELLE-TOI... Comment est fait notre appareil reproducteur ? 8

Quelques changements importants 10

APPRENDS AVEC NOUS : Lequel est le plus fort ? 12

Et le développement intellectuel ? 13

La nécessité de l'éducation sexuelle 14

SOINS

LES PROBLEMES DE L'ADOLESCENCE

Le rôle de la famille 16

Les amitiés de groupe 17

A l'école 18

L'importance du professeur 19

Quelques règles alimentaires pour les adolescents 20

Dormir pour reconstituer son énergie 21

Le sport est fondamental 22

Fuyons les excès ! 24

APPRENDS AVEC NOUS : Que font les jeunes ? 25

Quelques conseils pour... la navigation à voile 26

MÉTRO : Chef parachutiste-anticorps. Tel un preux chevalier, il lutte dans son armure métallique. Il est sûr de lui, rouspéteur et... hilare dans l'exercice de ses fonctions.

PIERROT : Globule blanc lymphocyte et Capitaine de la Police du corps. Il se déplace dans une capsule spatiale. Les lymphocytes sécrètent des jets de toxines et éjectent des bataillons d'anticorps.

PSI : Globule blanc lymphocyte. Lieutenant de police et adjointe de Pierrot. Sa subtilité, quand il s'agira de déjouer les ruses des virus envahisseurs nous rendra bien des services.

PETIT GROS : Globule blanc polynucléaire et chef d'un groupe de l'infanterie de combat de la police du corps. Ceux-là n'hésitent pas à phagocyter, tels des « enzymes gloutons ».

LE TEIGNEUX : Méchant chef des microbes ou bactéries diverses. L'ennemi traditionnel de Petit Gros.

MAESTRO : Notre vieil ami est le savant et distrait chef d'une cellule. Il est aussi, grandeur nature, le bon médecin qui prodigue conseils et soins aux jeunes garnements imprudents.

LE NABOT : Chef virus et virus lui-même. Insidieux, sournois. Le plus dangereux ennemi du corps humain... et de nos amis.

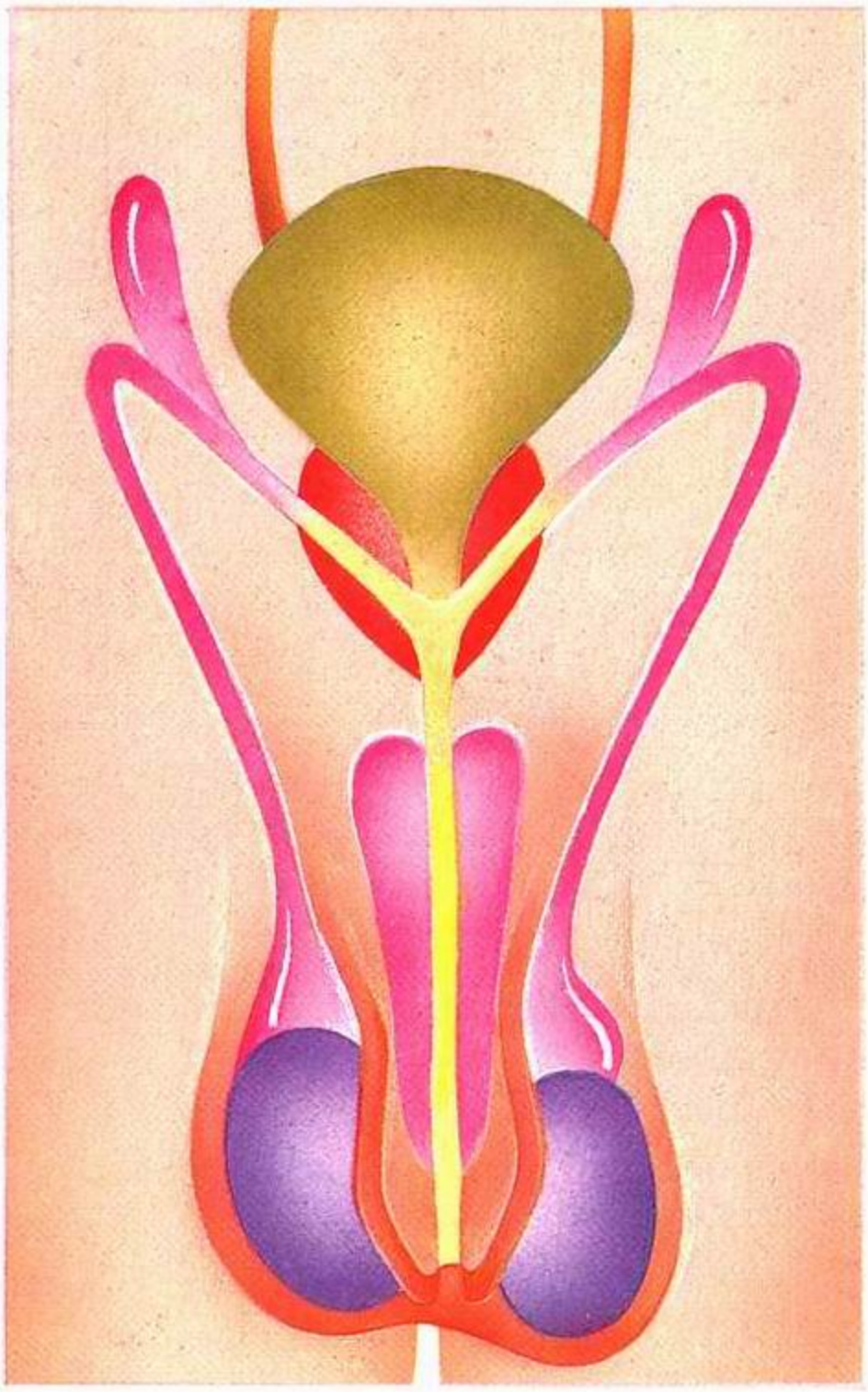
MAITRE GLOBUS : Un très vieux globule, plein de sagesse et de savoir. Il nous remémore fortement Maestro. Il servira parfois de guide pour initier les jeunes Hémo et Globine aux mystères du corps.

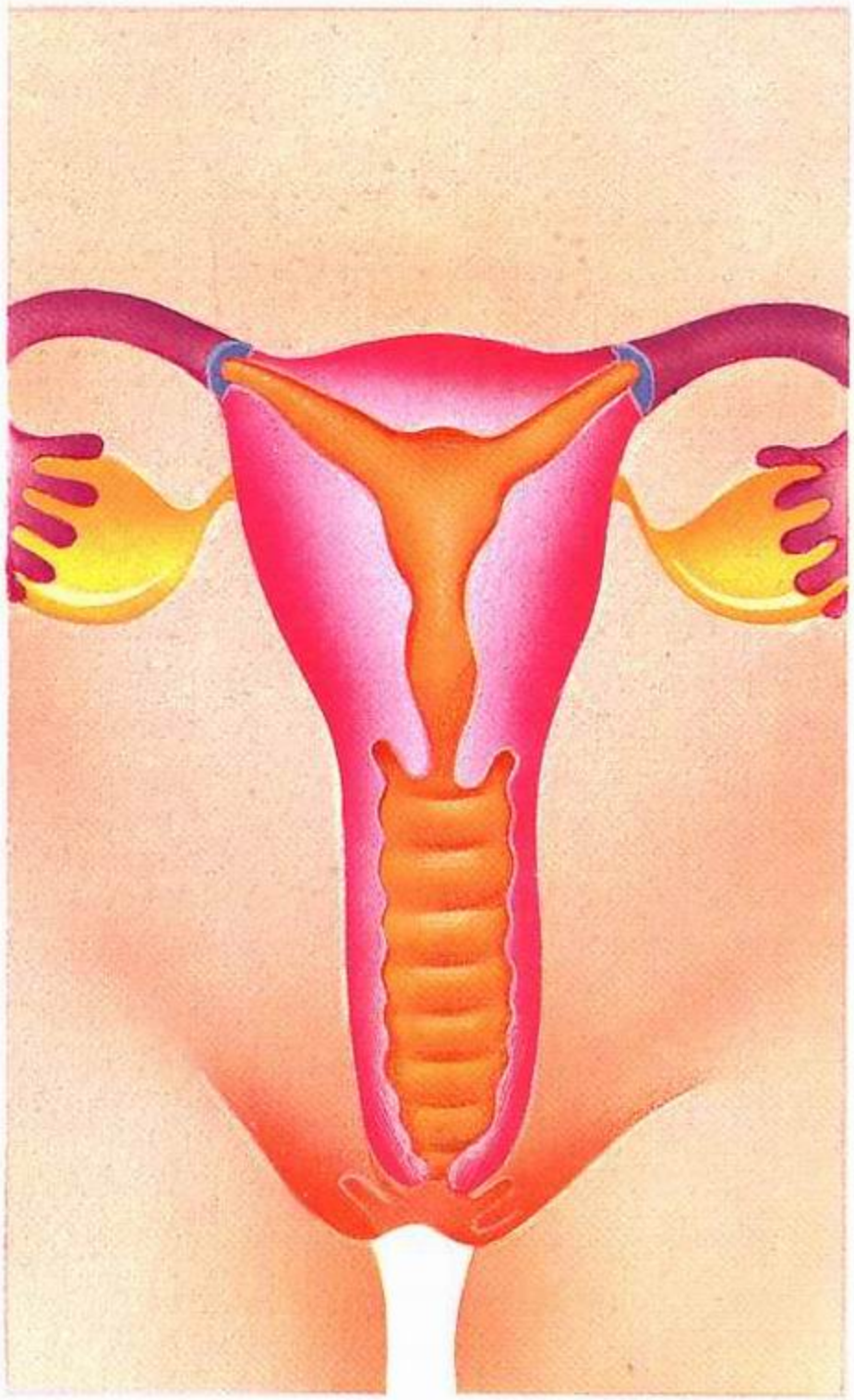
HÉMO : Un porteur globule rouge, dont l'aspect nous rappelle celui du Petit Gros. C'est un costaud, naïf et tendre et on en abuse.

GLOBINE : Globule rouge et amie de Hémo. Moitié petite Pierrette, moitié Betty Boop. Malgré ses grand yeux innocents elle est futée pour deux.

La collection « Il Était une Fois la Vie », se compose de 50 albums. Elle a été conçue pour les 30 premiers volumes, par une équipe de spécialistes en anatomie (médecins, professeurs...), et pour les 20 derniers, par des professionnels du secourisme et de la prévention. Cette collection propose à l'enfant une méthode originale, simple et attractive qui lui permettra de se familiariser avec l'anatomie du corps humain et son fonctionnement, ainsi que de savoir comment en prendre soin.
La collection « Il Était une Fois la Vie » œuvre de référence, traite et développe les mêmes thèmes que ceux étudiés à l'école, en les égayant avec les personnages de la série télévisée « Il Était une Fois la Vie » d'Albert Barillé, qui a été unanimement reconnue et récompensée par les plus hautes distinctions pour sa valeur pédagogique et sa rigueur scientifique.

L'adolescence est une période merveilleuse dans la vie de l'être humain. Mais c'est également une étape de l'existence pleine d'énigmes et de problèmes, pour le corps comme pour l'esprit. Tu trouveras dans ce volume, tout ce qu'il te faut savoir sur ton adolescence qui approche, afin que tu l'abordes avec joie et sérénité.





M 6350 - 39 - 29,00 F
195 FB - $ 5.95